

Ulrike Held gelingt der Sprung auf das Podest beim Brockenmarathon

Nach ihrer Teilnahme am Kyffhäuser Bergmarathon, dem Rennsteig-Supermarathon und dem Reschenseelauf hat Ulrike Held vom Lauftreff des Vareler TB ihre Berglaufserie in diesem Jahr mit einem im wahrsten Sinne des Wortes "dicken" Brocken gekrönt.

Im Rahmen des Harzer Gebirgslaufes meisterte sie den Brockenmarathon, der durch den Nationalpark Oberharz führt und aufgrund seiner Wegebeschaffenheit und den fast 1200 zu bewältigenden Höhenmetern als Norddeutschlands schwerster Marathon gilt.

Mit einer Zeit von 4h 47min sicherte sie sich Platz 2 auf dem Podest ihrer Altersklasse.

"Insgeheim schwebte mir schon eine Zielzeit von unter 5h vor, dies so zu erreichen ist allerdings von so vielen Faktoren, wie zum Beispiel vom Wetter oder der körperlichen Verfassung abhängig, die nicht planbar sind", berichtete Ulrike Held nach ihrem Lauf. Zum Glück sei es aber nur ein harmloser Schnupfen gewesen, der ihre Pläne in der Woche vor dem Start zunächst ordentlich ins Wanken brachten. "So schwer es auch fällt, aber mit einem fieberhaften Infekt würde ich mich nie in eine Wettkampfsituation begeben."

Die ersten 9 Kilometer, die durch das hügelige Waldgelände von Wernigerode (240m ü. NHN) nach Ilsenburg führen, sei sie zunächst sehr verhalten angegangen. "Ich kam aber schnell in einen guten Laufrhythmus, fühlte mich topfit und freute mich auf den Brocken", so Ulrike Held.

Hinter Ilsenburg führt die Strecke zunächst auf immer steiler werdenden Schotter- und Waldwegen bis zum Kolonnenweg und folgt diesem dann bis zum Brocken auf 1142m hinauf. Die Betonplatten des Kolonnenweges sind wegen ihrer tiefen Löcher bei den Läufern nicht sehr beliebt und erfordern ein hohes Maß an Konzentration. Zu DDR-Zeiten ermöglichten sie den militärischen Fahrzeugen die steile Auffahrt zum Brocken.

Der Brocken war in dichten Nebel eingehüllt und machte seinem Ruf als nebelreichster Ort Europas zu gelten alle Ehre. Mit schweren Sturmböen präsentierte sich das hier oben herrschende Hochgebirgsklima von seiner eher unwirtlichen Seite. "Da machte sich mein Deichtraining bei Gegenwind bezahlt", berichtete Ulrike Held schmunzelnd.

"Ich war so glücklich, nach 20 km den Brockengipfel erreicht zu haben, dass mir die anschließenden 22 km, die überwiegend bergab verlaufen, allerdings am Ende noch zwei ordentliche Steigungen bereithalten, nach der Überquerung des Brockenplateaus recht leicht fielen. Auf den überwiegend weichen, steinigen aber auch phasenweise sehr matschigen Wegstrecken ist natürlich absolute Konzentration erforderlich, ich konnte aber auch phasenweise richtig Tempo machen und habe mich bis zum Zieleinlauf im sonnigen und über 20 Grad warmen Wernigerode durchgängig fit gefühlt."

"30 Jahre nach der Wiedervereinigung auf den Spuren der Geschichte der ehemaligen Grenze zwischen der BRD und der DDR laufen zu können und einen Gipfel zu überschreiten, der von 1961 bis 1989 aufgrund der Grenzanlagen zu einem militärischen Sperrgebiet gehörte, war für mich ein ganz besonders beeindruckendes Lauferlebnis."

Von Ulrike Held & Marlen Webersinke („Pressewartin“ des VTB-Lauftreffs)

